

Lyžařský výcvikový kurz pro žáky 7. ročníku, 2023

Termín: 6. – 10. 2. 2023

Třídy: VII. A, VII. B, VII. C

Místo a ubytování: hotel FitFun, Harrachov, www.hotelfitfun.cz, lyžařské středisko: www.skiareal.com

Stravování: snídaně, oběd, večeře a pitný režim na stejném hotelu

Odjezd: v pondělí 6. 2., **sraz v 7:50 hod. před školou**, odjezd společně autobusem

Návrat: v pátek 10. 2. kolem 15.00 hod. ke škole

Vedoucí kurzu: Martina Dosedělová (martina.dosedelova@1zs.litomysl.cz)

Zdravotník: Silvie Králová (silvie.kralova@1zs.litomysl.cz)

Lyžařští instruktoři: Vojtěch Kozák, Petr Stolín, Jiří Stolín (externí instruktor)

S sebou:

- **před odjezdem u autobusu odevzdáte zdravotníkovi:** kartičku zdravotní pojišťovny (stačí kopie), vyplněný formulář PROHLÁŠENÍ RODIČŮ, kde rodič podepisuje bezinfekčnost, potvrzuje seřízené vázání atd. – **bez těchto potvrzení není možné na lyžařský výcvik odjet (!)**,
- léky, které pravidelně užíváte, popř. léky proti nevolnosti v dopravních prostředcích,
- lyžařskou výzbroj (sjezdové lyže a hole **svázané či ve vaku**, lyžařská obuv, **povinně lyžařská helma**, sjezdové brýle, **na snowboard povinně chránič páteře**),
- lyžařskou výstroj (oteplovačky či kombinéza, bunda, mikina, trika, spodky, ponožky, dvojce rukavice, čepice, nákrčník, kukla) v dostatečném množství (zásoba v případě nepříznivého počasí), obuv do sněhu, oblečení do chaty i na zimní turistiku, přezůvky, toaletní potřeby, jelení lůj, ochranný krém proti mrazu, menší batůžek,
- psací potřeby, sešit na přednášky, šátek,
- finance: **na vleky 2 610 Kč + 50 Kč (vratná záloha na čipovou kartu)** – prosíme o přesnou částku (budeme vybírat na kurzu v pondělí), případně další kapesné dle uvážení (do 500 Kč),
- **prosím, neberte s sebou cenné věci** (tablet, notebook atd.).